



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
Ю.В. Балухтин

2022 г.

МЕНЮ

питания учащихся
с 5 по 11 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

дата: 15.02.2022 (*вторник*). День меню *7*

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
174	Каша молочная кукурузная	220	28,457	314,6	9,46	12,155	36,553
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,38	66	0,1	7,2	0,1
ПР	Хлеб пшеничный/ржано - пшен.	50	4,9	173	6,45	1,1	35
377	Чай с сахаром и лимоном	200	6,82	56	0,2	0	13,6
338	Яблоко	100	27,43	96	1,5	0,5	21
	Итого завтрак:		74,99				
ОБЕД							
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	15,54	59,1	6,6	2,4	9,9
119	Уха ростовская	250	10,31	87,3	2	5,09	12,7
246	Гуляш из отварной говядины	100	69,07	211	9,47	9,2	1,8
ПР	Хлеб пшеничный/ржано - пшен.	70	6,86	231,6	6,16	1,4	44,4
305	Рис припущенный	180	21,97	240	4,32	7,1928	44,5
342	Компот из свежих яблок	200	13,43	104,6	0,16	0,16	25,88
	Итого обед:		137,18				
	ИТОГО за сутки:		212,17				

Составил зам.директора по АХЧ:

Князева

Ю.Б. Князева



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с. Рейдово
 Ю.В. Балухтин

2022 г.

МЕНЮ

питания учащихся
 с 1 по 4 класс

МБОУ СОШ с.Рейдово

дата: 15.02.2022 (вторник). День меню 7

№Рецепта	Наименование	Выход порции	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
174	Каша молочная кукурузная	200	25,87	286	8,6	11,05	33,23
14	Масло сливочное (порциями)	10	7,38	66	0,1	7,2	0,1
ПР	Хлеб пшеничный/ржано - пшен.	50	4,90	173	6,45	1,1	35
377	Чай с сахаром и лимоном	200	6,82	56	0,2	0	13,6
338	Яблоко	100	27,43	96	1,5	0,5	21
	Итого завтрак:		72,40				
ОБЕД							
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	15,54	59,1	6,6	2,4	9,9
119	Уха ростовская	250	10,31	87,3	2	5,09	12,7
246	Гуляш из отварной говядины	100	69,07	211	9,47	9,2	1,8
ПР	Хлеб пшеничный/ржано - пшен.	70	6,86	231,6	6,16	1,4	44,4
305	Рис припущенный	180	21,97	240	4,32	7,1928	44,5
342	Компот из свежих яблок	200	13,43	104,6	0,16	0,16	25,88
	Итого обед:		137,18				
	ИТОГО за сутки:		209,58				

Составил зам.директора по АХЧ:

Князева

Ю.Б. Князева